こんね！四季を彩るロマンのまち西都

お知らせ



information

NO. 1068
2008
5. 15
編集･発行 西都市役所総務課
TEL0983(43)1111 FAX0983(43)2067
発行 毎月1日･15日

contents

第5回西都市インターネット公売開催！
☆参加申込期間：5月30日(金)～6月12日(木)
☆下　見　会：6月5日(木)10時～15時
☆入 札 期 間：6月18日(水)～6月20日(金)
※入札に参加するためには、参加申込が必要です。
詳細は、西都市インターネット公売HPをご覧ください！
http://www.city.saito.miyazaki.jp/busyo/zei/netkoubai1.html

■読み終わったら、日付と名前を書いてすぐに回しましょう。

月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日

＊お知らせは市ホームページでも閲覧できます。　URL･･･http://www.city.saito.miyazaki.jp

第６回西都市ナイター陸上記録会 参加者募集！！

○期　　日：平成 20 年 6 月 7 日（土）　14 時 30 分　競技開始
○種　　目：100m　小学 4･5･6 年生男女　中学生男女
　高校生男女　一般男女
　800m　小学 4･5･6 年生女子
　1000m　小学 4･5･6 年生男子
　1500m　中学生女子
　3000m　中学生男子　高校生女子　一般女子
　5000m　高校生男子　一般男子
　走幅跳　小学 5･6 年生男女　中学生男女
○場　　所：西都原運動公園陸上競技場
○参 加 料：一種目　小学生・中学生・高校生　大学生　200 円
　一　般　500 円
○申込方法：申込用紙に必要事項を記入し、参加料を添えて大会事務局へお申込下さい。
※申込書はスポーツ振興課、市民体育館、西都原運動公園管理棟においてあります。
○申 込 先：〒８８１－８５０１（住所不要）
西都市教育委員会スポーツ振興課内
「西都市ナイター陸上記録会事務局」
○申込期限：平成 20 年 5 月 30 日（金）必着
○問合わせ：西都市教育委員会スポーツ振興課
TEL　0983-43-3478　FAX　0983-43-4865

（文書取扱　スポーツ振興課）

西都市市制施行 50 周年

第3回西都市民アジャタ大会参加者募集

市民の健康増進・体力の向上と互いの親睦を目的として、第３回アジャタ（玉入れ）大会を開催いたします。６人揃えばできる手軽なスポーツです。奮ってのご参加をお待ちしております。

● アジャタとは、運動会の定番である「玉入れ」を、全日本玉入れ協会が日本で初めて玉入れ独自のルールを定め、スピード感あふれる競技スポーツに進化させたニュースポーツです。

１．期　　日：平成20年6月29日（日曜日）
２．会　　場：西都市民体育館
３．種　　目：男子の部、女子の部、混合の部（男子3人、女子3人）
年齢フリー、男子･女子の部と混合の部のダブルエントリー（重複登録）も可。
４．参加資格：市内に居住する人。ただし、学生･専門学校生は除く。
５．参加単位：各地区体育振興会の選出又は推薦とし、各地区より各種目3チームまで。
６．申込期限：6月13日（金）午後5時
７．問合せ先：

妻北地区	松本神克	（勤 43-0068）
妻南地区	中山文男	（自 42-3846）
穂北地区	満留敏文	（自 42-0123）
三納地区	小原　功	（勤 43-3485）
都於郡地区	中村俊郎	（自 42-5306）
三財地区	後藤俊一	（自 44-4430）
東米良地区	佐藤広正	（勤 43-3113）

西都市教育委員会スポーツ振興課
TEL 43-3478　FAX 43-4865

☆ 市民体育館にてアジャタ用具（バスケット、ボール）の貸出を行なっていますので、練習･レクリエーション等にご活用下さい。

（文書取扱：スポーツ振興課）

地球温暖化防止活動推進員について

―第７期地球温暖化防止活動推進員を募集します―

地域における地球温暖化の現状及び地球温暖化対策に関する知識の普及並びにその推進を図るために、県内各地域に地球温暖化防止活動推進員が置かれています。西都市でも３名程度の推進員を募集します。地域で環境保全に携わっている方、省エネ・省資源に興味のある方、地球温暖化防止活動推進員として一緒に活動をしていきながら知識を深めていきませんか？

≪活動内容≫

国・県・市町村が行う地球温暖化対策に関する啓発活動に協力し、省エネルギー・省資源・リサイクル・その他の地球温暖化防止に関することについて取り組み、地域住民にその取り組みを普及させるとともに地域住民の相談に対し助言を行うこと。

≪その他≫

任期は２年で、ボランティアになります。

≪募集締切≫

平成２０年６月２日(月)

≪申し込み・問合せ先≫

西都市役所　生活環境課　市民生活係　Tel ４３－３４８５

（文書取扱：生活環境課市民生活係）

劇映画「三十九枚の年賀状」
ボランティアエキストラ募集について

宮崎県民原作、西都市出身者の企画制作による映画「三十九枚の年賀状」のロケ撮影が西都市を中心に県内で行われています。

その中で、下記の内容で都萬神社におきましてロケ撮影が計画されていますが、その撮影に無償で出演していただけるボランティアエキストラを募集します。

皆様、是非ご参加下さい。

なお、当日は東国原知事をはじめ、著名な俳優も参加される予定になっています。

＜募集内容＞

１．撮影内容　夏まつり「のど自慢大会」の撮影時、観客役

２．撮影日程　６月７日（土）午前１０時～午後７時（予定）
※小雨決行、中止時は６月８日予定

３．募集人数　約５００名
※応募者多数の場合は定員になり次第締切りとなります。

４．応募資格　①小学校１年生から７０歳ぐらいまでの方。
②性別は問いません。
③昔の服装で参加できる方。（例、男性はランニング・Ｙシャツ・開襟シャツ等、女性は浴衣・モンペ等）

５．応募方法　氏名（フルネーム）、年齢、住所、携帯番号又はご自宅の番号、ＦＡＸ番号、メールアドレスをご記入の上、下記応募先へＦＡＸかメール、もしくは官製はがきにてご応募下さい。
※応募された方には、後日担当者より連絡がございます。
※ご応募いただいた個人情報は、撮影以外には一切使用いたしません。

６．応 募 先　『三十九枚の年賀状』エキストラ募集係　宛
〒８８１－００３４　西都市妻町３丁目６２
ＦＡＸ：０９８３－３２－６５５０
メール：ｎｅｎｇａｊｏ３９＿ｅｘ＠ｙａｈｏｏ．ｃｏ．ｊｐ

７．募集期間　５月３０日（金）※はがきの場合消印有効

（文書取扱：西都市観光協会）

『パソコン講座』受講生募集

主催　西都商工会議所　　共催（財）日本電信電話ユーザ協会

『かんたんブログ作成』講座

日　時：6月9日（月）.10日（火）午後7：00～9：30
場　所：西都商工研修センター　２Ｆ　研修室
内　容：ブログの作成を体験します。
対象者：ブログ未経験者、初心者の方
料　金：西都商工会議所・ユーザ協会会員／無料　非会員／5,000円
定　員：２０名（定員になり次第〆切ります。）
講　師：㈱宮崎県ソフトウェアセンター専任講師

『エクセルで事務力ＵＰ』講座

日　時：6月12日（木）.13日（金）午後7：00～9：30
場　所：西都高等職業訓練校　１Ｆ　パソコン室
内　容：簡単な計算　使用頻度の高い関数、グラフ作成などを行います。
対象者：エクセル初心者～中級者の方
料　金：西都商工会議所・ユーザ協会会員／無料　非会員／5,000円
定　員：２０名（定員になり次第〆切ります。）
講　師：西都職業訓練校非常勤講師

（申込・問合せ先）　西都商工会議所　川上　TEL：４３－２１１１
http://www.miyazaki-cci.or.jp/saito
（文書取扱　商工観光課商工振興係）

水田における飼料稲の作付取組について

平成２０年度から水田における飼料稲の作付について、取組計画の認定等の手続きが必要となりました。申請書類の内容として、①取組計画書、②販売契約書、③誓約書、等があります。

この手続きを行わない飼料稲については、生産調整の取組においては、「主食用米」としての扱いとなり、産地づくり交付金の対象外となります。

つきましては、飼料稲を耕作される農家の方は、必ず５月３０日（金）までに取組計画の手続きをお願いします。

【連絡先】
西都市農業活性化センター　43-1566（直通）

退職者医療制度見直しに伴う保険証などの切り替えについて

４月から始まった後期高齢者医療制度に伴い退職者医療制度の見直しが行われ、**国民健康保険の退職者医療制度の被保険者で６５歳に到達された方とその被扶養者の方については、一般の国民健康保険へ切り替わることになり保険証が変更になります**（これに合わせて高齢受給者証・限度額適用・標準負担額減額認定証・特定疾病療養受療証・限度額適用認定証（以下、保険証など）も変更になります）。

該当される方には新たな保険証などをお送りします。
（市役所での申請などは必要ありません）

記載されている交付年月日（もしくは発効期日）**からお使いください**（それまでは従来の保険証などをお使いください）。

※退職者医療制度から一般の国民健康保険への変更によって、保険税や医療機関での個人負担の変更はありません。

ご不明な点は下記までお問合せください。

健康管理課国保係　℡４３－０３７８（直通）

平成２０年度西都市水田営農対策協議会総会の公開について

下記のとおり、西都市水田営農対策協議会総会を行います。総会は公開で開催されますので、傍聴を希望される方はお越し下さい。

尚、総会での発言等は出来ませんので、ご承知おきください。

記

１．日時　平成20年5月27日（火）午後1時30分～午後3時00分
２．場所　JA西都本所大会議室
　ただし、座席数の関係で下記まで事前にご連絡お願いします。

【連絡先】
西都市農業活性化センター　43-1566（直通）

6月1日(日)から7日(土)までは

水　道　週　間　です

蛇口をしめても水がポタポタ漏れる、蛇口をきつくしめないと水がとまらない等でお困りの高齢者の方へ

西都市上下水道課では、水道週間の一環として、

高齢者世帯の蛇口キスコマの交換を無料で行います。

対象世帯　６０歳以上の１人暮らしで、
市の水道に加入している方
申込期間　５月１９日（月）～５月３０日（金）
申 込 先　上下水道課　水道工務係
ＴＥＬ　４３－１３２５（直通）

高齢のためキスコマ交換が自分で出来ない方が対象です。自分で交換可能な方や蛇口本体等の修理には対応出来ません。また、お湯と水の蛇口が一体型になっている『シングルレバー』タイプのキスコマ交換は出来ませんのでご了承下さい。
ご不明な点がありましたら、電話にてお問い合わせ下さい。

水道水使用に関してのお願い

◎水道管と井戸の接続はしないで下さい！

水道管と井戸水などの管を直接接続する事を<u>クロスコネクション</u>と言い、<u>水道法</u>により禁止されています。
※水道管と井戸水などの管の間にバルブ等があっても同様です。

◇クロスコネクションによる事故例

・井戸水が水道管に流れ込んだために、水道水が汚染され、周囲の家庭で病気が発生した。
・水道水が井戸へと流れ込み、水道料が異常に高額になった。

上記のような事故が実際に他の市町村で起こっていますので、クロスコネクションの防止をお願いします。

◇すでに自宅がクロスコネクションになっている場合

・水道水のみの使用にし、井戸使用を中止し、配管を切り離す。
・水道水の配管と井戸水の配管を完全に別にする。

などの修繕を水道業者に連絡し、速やかに行って下さい。

(問い合わせ)
上下水道課　水道工務係
TEL　43－1325(直通)

全国ごみ不法投棄監視ウィークの実施について

６月は「環境月間」です。そして、６月５日は「環境の日」です。
環境省では、廃棄物の不法投棄を発生させない環境づくりを強化していくため、６月中の一週間を「全国ごみ不法投棄監視ウィーク」に設定し、みんなで不法投棄の監視や啓発に取り組む事としており、本年は「ごみゼロ」の日の５月３０日（金）から「環境の日」の６月５日（木）までの一週間になっています。
法律では「何人もみだりに廃棄物を捨ててはならない」としており、これに反し、みだりに廃棄物を捨てることを「不法投棄」といいます。
不法投棄を行うと「５年以下の懲役」または「１，０００万円以下の罰金」及びこの両方の罰則が科せられることがあります。「ポイ捨て」も「不法投棄」です。くれぐれも不法投棄はやめましょう。同様にごみの不法焼却も同じ罰則規定が設けられていますのでやめましょう。
本市でもクリーンキーパーによる不法投棄監視パトロールと不法投棄物の撤去を実施していますが、不法投棄はなくなりません。
みんなで不法投棄撲滅に取り組んで、「美しい西都」をつくりましょう。

（生活環境課　TEL４３－３４８５）

～長寿医療制度（後期高齢者医療制度）対象の方へ～
新しい保険者証をご確認ください！

長寿医療制度（後期高齢者医療制度）開始に伴い、７５歳以上の方（一定の障害のある６５歳～７４歳の方を含む）は平成２０年４月から保険者証が新しくなりました。対象の方には３月末にお送りしています。

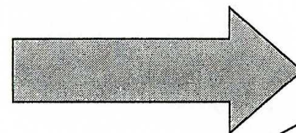
保険被保険者証
有効期限 ―
記号番号
氏　名
生年月日　　性別
交付年月日
世帯主氏名
住　所
保険者番号　　保険者名

老人保健法　医療受給者証

市町村番号	2	7	4	5	0	0	8	9
受給者番号								

受給者	居住地	
	氏　名	
	生年月日	年　月　日　男·女
一部負担金の割合		
法第25条第1項第2号の認定年月日		年　月　日
発効期日		平成　年　月　日から有効
発行機関名及び印		宮崎県西都市聖陵町２丁目１番地 西　都　市　長 ＴＥＬ (0983) 43-1111
交付年月日		年　月　日

これまでは…
「国民健康保険被保険者証又は社会保険等の被保険者証」
と
「老人医療受給者証」
が必要でした



４月からは…
「後期高齢者医療被保険者証」
１枚になりました

後期高齢者医療被保険者証
有効期限　年　月　日

被保険者番号		
被保険者	住　所	
	氏　名	男·女
	生年月日	年　月　日
資格取得年月日		年　月　日
発効期日		年　月　日
交付年月日		年　月　日
一部負担金の割合		
保険者番号並びに保険者の名称及び印		39452081 宮崎県後期高齢者医療広域連合　宮崎県後期高齢者医療広域連合之印

（原寸大）

※紛失された方は、健康管理課窓口で再交付していますので、印鑑とこれまで使っていた保険者証・老人医療受給者証をお持ちください。

～長寿医療制度（後期高齢者医療制度）保険料の納付方法に関するお知らせ～

今年４月から始まった長寿医療制度（後期高齢者医療制度）の保険料の納付方法には次の２通りがあります。

１．特別徴収

偶数月に支払われる年金から、保険料が天引きされます。

【対象となる方】

○次の条件全てに該当する方

・介護保険料が特別徴収されている

・介護保険料と後期高齢者医療保険料を合計した額が、年金額の２分の１未満

・特別徴収対象の年金が年額で１８万円以上

【保険料額の通知時期】

納　期		保　険　料　額	通知書発送時期
４月（１期）	仮徴収	平成１９年中の所得が確定していないため、平成１８年中の所得をもとに仮算定された額	４月上旬に発送済み（県広域連合より）
６月（２期）			
８月（３期）			
１０月（４期）	本徴収	平成１９年中の所得をもとに確定した年間保険料から、仮徴収分を差し引いた額	６～７月に発送予定（県広域連合より）
１２月（５期）			
２月（６期）			

２．普通徴収

納付書や口座振替などの方法により納付していただきます。

【対象となる方】

○特別徴収に該当しない方

【保険料額の通知時期】

納　期	保　険　料　額	通知書発送時期
７月（１期）	平成１９年中の所得をもとに本算定された額	７月に発送予定（西都市より）
８月（２期）		
９月（３期）		
１０月（４期）		
１１月（５期）		
１２月（６期）		
１月（７期）		
２月（８期）		

※ ただし、年度途中で徴収方法が変更になる場合があります。（対象の方には別途お知らせします。）

※ これまで社会保険等の被用者保険の被扶養者だった方は、平成２０年４月～９月の半年間は保険料が免除されるため、該当される方には６～７月に通知書が発送されます。

◆後期高齢者保険料に関するお問い合わせは…
健康管理課高齢者医療係まで
☎４３－０３７８

「心の健康相談」実施のお知らせ

精神障がい者やその家族及び地域住民を対象として、医療に関する相談や社会復帰に関する相談等幅広い相談に応じます。

① 日 時　毎月第２木曜日　午後２時から４時まで
② 場 所　宮崎県高鍋保健所
（高鍋町大字蚊口浦 5120-1　TEL　0983-22-1330）
③ 内 容　精神保健に関する相談
・統合失調症、躁うつ病等の病気の相談
・アルコール飲酒や薬物、シンナー、覚醒剤に関する相談
・引きこもり状況に対する相談　など
④ 対 応　精神科医師、保健師
⑤ 相談料　無料

※ 高鍋保健所に事前の予約申し込みが必要です。

（文書取扱：福祉事務所障害福祉係　TEL　43-0376）

高鍋社会保険事務所　出張年金相談

高鍋社会保険事務所の職員が「西都市役所」に見えますので、高鍋まで行かなくても西都で老齢厚生年金・障害厚生年金・遺族厚生年金などの手続きや相談ができます。

また、厚生年金の手続きだけではなく、「ねんきん特別便」についての相談などもすることができます。

手続きや相談のある方は、この機会を是非ご利用ください。

※年金手帳（無くても可）、運転免許証等をお持ちください。

※「ねんきん特別便」の相談の方は、届いた「ねんきん特別便」をお持ちください。また、年金受給中の方は、年金証書もお持ちください。

相談日　６月１９日（木）　次回は７月１７日（木）です。
時　間　午前１０時から１２時　午後１時から３時です。
場　所　西都市役所　市民課　年金係

お問い合わせは、市民課年金係
ＴＥＬ．４３－１１１１（内線２１０６・２１０７）

木造住宅の耐震診断に対する補助について

西都市木造住宅耐震診断事業

木造住宅を対象に、耐震診断に要する経費の一部を補助しています。

１．補助対象となる住宅

○昭和５６年５月３１日以前の着工
○主たる用途が住宅
○２階建て以下

２．補助対象者

市内にある補助対象住宅の所有者

３．診断方法

一般診断
※大地震による住宅倒壊の可能性の有無について診断するものです。
※県に登録された木造住宅耐震診断士が行います。

４．補助の内容

区　分	耐震診断費用	自己負担額
一般住宅（一戸建て）	４５,０００円	１５,０００円
共同住宅（長屋・アパート）	９０,０００円	３０,０００円

５．平成２０年度の申請期間

申 請 締 切：平成２０年１２月１５日(月)

＜申請・お問い合わせ先＞
建築住宅課　建築係
電話（直通）　４３－０３７９

農 家 の 皆 様 へ

暖房用燃料保管施設の管理について

近年、重油供給パイプの破損等により重油の流出事故が発生し、河川の汚濁等が生じています。

つきましては、ハウス園芸における暖房用燃料保管施設について下記の点検を十分に行い、流出事故の防止について十分徹底されるようお願いします。

１．　配管バルブ及び配管からの重油洩れ防止対策

① 加温機不使用時の配管バルブはしっかり締まっているか
② 塩ビ管から鋼管への取り替えは済んでいるか
③ ハウス内での配管は地上へ設置されているか
④ 配管と加温機接続部分からの重油洩れはないか
⑤ エア抜きバルブ等の締め忘れはないか

２．　タンクの倒伏防止等対策

① タンク土台の欠損、土台下の土の流出はないか
② タンクの傾き、サビ等による腐食・破損はないか
③ タンク周辺は整理整頓されているか

※　万一、このような重油洩れの事故が発生しましたら大至急
消防署（４３－３００３）へご連絡下さい。

コナジラミ類の防除について

コナジラミ類を媒介虫とするトマト黄化葉巻病が拡大傾向にあります。また、ピーマン、キュウリ、たばこ等につきましてもコナジラミ類加害による収量低下を招きますので、下記の防除対策を総合的に行う必要があります。

具体的な防除対策は？

① コナジラミ類の侵入防止のために、施設の開口部に防虫ネットを設置します。
② コナジラミ類の防除を徹底します。
③ ハウスでの栽培終了後、野外に媒介虫を分散させないために、必ずハウス内で１０日間程度蒸し込みを行います。
④ ハウス周辺の除草を徹底しましょう。

問い合わせ先
西都市農林振興課　４３－０３８２
宮崎県児湯農業改良普及センター　４３－２３１１
宮崎県病害虫防除・肥料検査センター　０９８５－７３－６６７０

（文書取扱：農林振興課園芸特産係）

ボランティア清掃活動を行う団体等にごみ袋を配布しています！！

西都市では、地域の環境美化を推進するため、ボランティアによる清掃活動を行う団体等に、ごみ袋を無料で配布しています。申請方法や配布方法等は下記のとおりです。

記

１．申請方法　市役所生活環境課にて随時受付けていますので、申請書に団体等の名称や代表者、活動場所、日時、参加人数、必要なごみ袋の枚数等をご記入いただきます。対象となる清掃活動は、道路や広場など市民が自由に利用できる公共の場の清掃作業やごみ集積所に不法に投棄されたごみや散乱したごみの清掃作業等です。

２．配布方法　申請時にお渡しします。

３．分別方法と回収方法　申請時に回収希望場所や希望日時についてお知らせください。分別方法と合わせて打合せをします。

４．その他　必要な方には火バサミも貸与しています。その他ご不明な点等ありましたら下記までお問い合わせ下さい。

（お問い合わせ：生活環境課　℡４３－３４８５）

図書館だより 6月号

西都市立図書館　43－0584

6月の休館日：2・9・16～20・23・30日

★特別整理による休館のお知らせ

6月17日～20日は蔵書点検等の作業のため休館します。

ご理解・ご協力をお願いいたします。

★お話会が

毎週土曜　午後2時～
に変わります。
遊びにきてね！

★図書館ホームページ

「宮崎県西都市立図書館」で
検索すると簡単にアクセス
できます。
☆新着図書情報が確認できます。

アニメビデオ映写会

毎週土曜午後2：30～

6月 7日　イソップ物語1　木こりと金のおのほか
6月14日　そんごくう・ももたろう・青いとりほか
6月21日　イソップ物語2　北かぜとおひさまほか
6月28日　なかよしおばけ　おばけのキャンプ旅行
★参加は自由です。30分程度の内容です。

新着図書　児童

★だっこだっこだーいすき（かみじょうゆみこ　ぶん）
★まめうしくんとあいうえお（あきやまただし　作・絵）
★のぞく（天野祐吉　ぶん）
★おならうた（谷川俊太郎　原詩）
○とっきゅうれっしゃ
○パンサーカメレオン
○くまのこウーフ（神沢利子）
○水木しげるのおばけ学校1～12巻

★は絵本です

新着図書　一般

○美かさもなくば死を（林真理子）
○阿蘇・長崎「ねずみ」をさがせ（西村京太郎）
○かがくする心の絵本100（横山真佐子ほか）
○風花（川上弘美）
○恐竜は虹色だったか（ビートたけしほか）
○この絵本が好き！2008年版（別冊太陽）
○ダーリンは外国人with ＢＡＢＹ
○太王四神記　上・中・下
○十津川警部四国お遍路殺人ゲーム
○西の魔女が死んだ（梨木香歩）
○幕末不戦派軍記（野口武彦）
○藤沢周平全集　1～26巻
○ブッダ1～8巻
○冬の蝉（坂岡　真）
○ブラックジャック1～17巻
○別冊図書館戦争1（有川　浩）
○みにくいあひる（谷村志穂）
○亡者の銭（沢田ふじ子）
○ももこのトンデモ大冒険（さくらももこ）
○やる気のない刺客（佐藤雅美）

生ごみ処理機器購入費の補助について

西都市はごみ減量のため、生ごみ処理機器購入費の補助を行っています。申請は生活環境課で随時受け付けています。

【補助金額】

コンポスト　　　　　購入金額の１／２（上限５千円）
電動生ごみ処理機　　購入金額の１／３（上限２万円）

【補助の対象】

補助金交付の対象となる処理機器は、コンポストは一世帯につき２基、電動生ごみ処理機は一世帯につき１基を限度とします。

【申請に必要なもの】

・領収書（宛名が申請者で、店の印のあるもの）
　※申請日よりさかのぼって３０日以内の領収書に限ります。
・カタログや取扱説明書等型番が分かるもの
・申請者本人の通帳（補助金は口座振込になります）
・印鑑(認めでかまいません)
・世帯員の市税完納証明書（税務課にて発行しています）

（お問い合わせ：生活環境課　℡４３－３４８５）

健康チェック＆健康相談

☆自分自身の身体のチェックをしてみませんか？
身長･体重･体脂肪測定に加え、体組成計を使って、内臓脂肪・基礎代謝量・骨量・足の筋肉量などを測定します。
☆希望者には個室での相談に応じます。また電話相談も受け付けていますので、体のこと・心に関する事をお気軽にご相談ください。

日　程：６月１０日（毎月第２火曜日）
時　間：９時３０分～１１時３０分
場　所：保健センター
参加費：無　料
内　容：血圧測定･体重測定・身体のチェック
（基礎代謝量・体内年齢・体脂肪率・骨量・足の筋肉量など）
☆希望者には保健師・栄養士の個別健康相談実施

（問い合わせ先：健康管理課　健康推進係　電話４３－０３７８）

ピーチくらす（両親学級）

☆もうすぐパパやママになる皆さん、安心して元気な赤ちゃんを産み育てるために一緒に楽しく学びませんか？ マタニティーのお友達もできますよ♪

定員、６組程度となります。（参加希望者多数の場合、第１子の方を優先させていただきます。）

今回は出産予定日が平成２０年７～１０月の方を対象にしております。

里帰り等の理由で早めに参加されたい方は、電話でお気軽に相談してください♪

	日　時	場　所	内　容
１回目	６月６日（金）9:15～12:15	西都市児童館	☆安心して出産・育児ができるためのお話 ☆おなかの赤ちゃんとママのためのバランスのよい食事 ～試食・個別相談もあります～
２回目	６月 11 日（水）12:50～15:00	保健センター	☆もっと知りたい母乳育児 （妊娠中のお手入れは？） ☆おっぱい学級の見学に行ってみよう♪ （助産師さんが来られます）
３回目	６月 15 日（日）9:15～12:30	西都市児童館	☆パパの妊婦擬似体験♪ ☆チャレンジ、育児体験♪ （抱っこ、おむつ替え、お風呂入れ） ☆ランチタイム♪

☆母子手帳・筆記用具をご持参ください。
☆参加希望の方はお早めに健康管理課（☎43-0378）にご連絡下さい。定員になり次第、締め切らせていただきます。

（文書取扱　健康管理課　健康推進係）

今年度前期の胃がんの集団検診です！お忘れなく！

☆ 下記の日程で、胃がん検診を実施いたします。希望者は直接検診場所においでください。胃がんは、早期発見できれば９０％以上治るがんですが、初期には自覚症状がありません。油断せず、１年に１回は必ず定期検診を受けることが大切です。

☆胃がん検診日程（４０歳以上）

日程	曜	検診場所	受付時間
6月3日	火	保健センター	7:30〜8:30
6月4日	水	三納支所	7:30〜8:30
6月6日	金	三財支所	7:30〜8:30
6月11日	水	都於郡支所	7:30〜8:30
6月13日	金	穂北支所	7:30〜8:30
6月17日	火	JA東米良支所	8:00〜9:00
6月18日	水	東米良ゆず出荷場	8:00〜9:00
6月20日	金	保健センター	7:30〜8:30

－注意事項－

☆ 胃がん検診は医療機関・集団検診あわせて、Ｈ２０．４．１〜Ｈ２１．３．２１の期間にお一人１回のみの受診となります。

☆ 朝食、水、茶など一切とらないでください。たばこも吸わないでください。

☆ 料金；１，２００円（７０歳以上の方、市民税非課税の方、生活保護の方は無料となります。証明書を持参してください。）

☆ 国民健康保険に加入されている方、農協婦人部に加入されている本人およびご家族の方は、保険証や農協助成券を持参してください。

（文書取扱：健康管理課　ＴＥＬ　４３－０３７８　直通）

６月から西都市乳がん検診をはじめます。

乳がんは30歳から64歳まで女性のがん死亡原因のトップで、患者数も年々増加傾向にありますが、自分で早期発見が可能ながんです。又早期発見すれば治癒率も高いので、月１回は自己検診を習慣づけ、40歳になったらマンモグラフィー検査、超音波を伴う検査を２年に１回は受けるようにしましょう。

１，対象者：　西都市の住民で、４０歳以上の女性。
（ただし、２年に１回の検診なので平成19年4月〜平成20年3月に西都市の乳がん検診を受けられた方は対象外となります。）

２，実施医療機関及び検診日：（大塚病院）6/28(土)、7/5(土)、8/16（土）9/13(土)、11/8(土)、1/17（土）
（鶴田病院）6月〜2月で市に申し込み後病院に予約必要

３，検診料：　3,000円　（国民健康保険の方は1,500円補助があります。満70歳以上の方、市民税非課税世帯及び生活保護世帯の方は無料になりますので証明書を病院受付に提示下さい。）

４，申込先：　健康管理課に電話でお申し込みください。
（氏名、住所、生年月日、電話番号、希望病院、希望日時）

（文書取扱：　健康管理課　健康推進係　TEL　43－0378　直通）

歯と健康　みんなの集い

※参加無料

日　時　　５月３１日（土）　午後１時〜午後３時まで
場　所　　高鍋町　健康づくりセンター（旧高鍋保健所跡）

コーナー紹介			
	■歯科健診	■フッ素塗布	■咬合力測定
	■口腔内写真撮影	■口臭測定	

＊歯ブラシ・ミラーのプレゼントもあるよ！！
＊ゲームもあるから　みんなで遊びにきてね！！
＊西都・児湯管内小中学校ポスター・標語作品展示

主催：西都児湯歯科医師会